

# Un Scottsdale sano está **en sus manos.**

Talle sus manos por lo menos 20 segundos. ¿Necesita marcar el tiempo? Cante la canción “Feliz Cumpleaños” de principio a fin dos veces.



1. Remoje con agua y agregue jabón



2. Talle de palma a palma



3. Talle la parte de atrás de las manos



4. Talle entre los dedos



5. Talle sus pulgares



6. Lave la parte de atrás de sus dedos



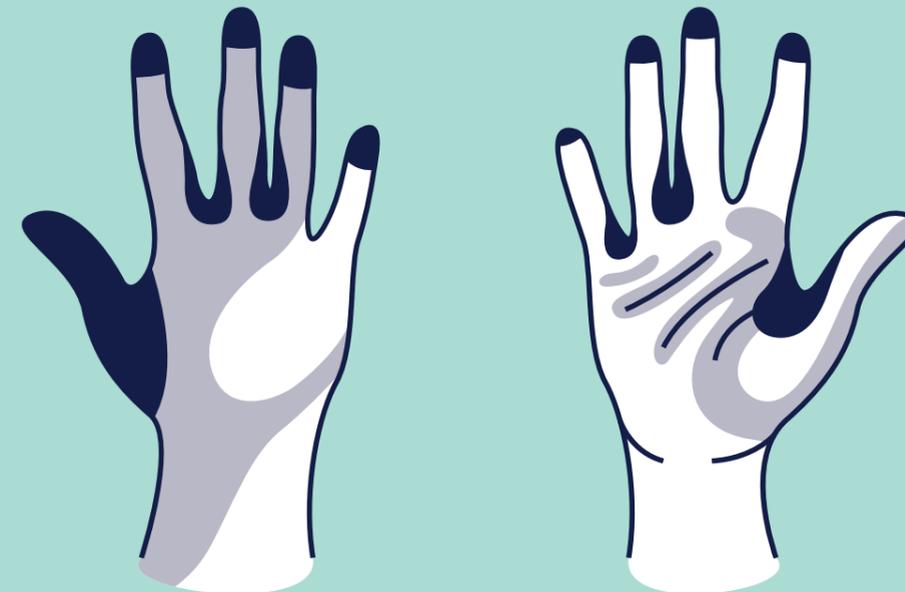
7. Lave sus uñas



8. Talle sus muñecas



9. Enjuague y seque



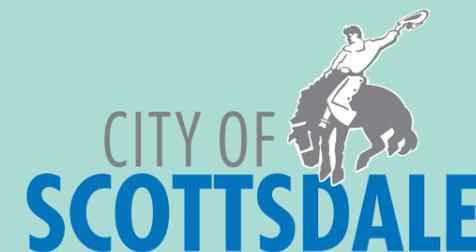
Descuidado más a menudo



Descuidado menos



No descuidado



Aprenda mas en  
ScottsdaleAZ.gov,  
busque “COVID-19”

A HEALTHY  
SCOTTSDALE  
STARTS WITH  
**YOU**